

# La Gripe y su Embarazo



## 1 La Gripe es grave

Tome en serio las enfermedades cuando esté embarazada. La Gripe H1N1 2009 está causando complicaciones graves a las mujeres embarazadas.

A la primera señal de la enfermedad llame de inmediato a su doctor. Hay un tratamiento efectivo disponible.

Evite el contacto cercano con personas que están enfermas.

Cúbrase la tos o estornudo con un pañuelo desechable.

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón o con limpiador de manos a base de alcohol.

## 2 ¡La Vacuna funciona!

El Centro para el Control y Prevención de Enfermedades recomienda que las mujeres embarazadas reciban LAS DOS vacunas, la de H1N1 de 2009 y la de la Gripe estacional o de temporada como una forma de protegerse de serias complicaciones.

Las mujeres embarazadas están en un grupo de alta prioridad para recibir la nueva vacuna contra la Gripe H1N1.

Es seguro recibir las dos vacunas cuando estén disponibles en su comunidad.

Una mamá vacunada extiende la protección a su feto, y ofrece más protección a todos los niños y demás miembros de la familia en casa.

## 3 Amamantar a su bebé

Su leche materna proporciona a su bebé importantes anticuerpos que ayudan a evitar que se enferme. Los anticuerpos ayudan a combatir infecciones.

La gripe se contagia a través del contacto cercano. Su leche materna no causará que le dé gripe a su bebé, pero el acto de amamantar o estar cerca al bebé si pudiera ponerlo en riesgo.

Si usted está enferma, utilice una bomba extractora de leche y use biberones para darle de comer a su bebé. Pídale a alguien sano que alimente a su bebé. Si eso no es posible, use una mascarilla mientras amamanta y atiende a su bebé.

**El virus de la Gripe H1N1 2009 pone a las mujeres embarazadas en riesgo de graves complicaciones**

**Para más información o ubicaciones para las vacunas, por favor llame a la línea directa:**

**1-877-764-2670**



[www.EviteElContagio.org](http://www.EviteElContagio.org)

